



Café des aidants®

Briançon

Pour vous qui accompagnez un proche !
Construire ensemble en fonction de vos envies...

1^{er} semestre 2026



**Un jeudi par mois de 14h à 16h
À la Médiathèque du 15/9**

28 Avenue du 159^{ème} Ria 05100 Briançon

Pendant votre absence nous pouvons organiser la venue d'un professionnel
à votre domicile.

Moments de partage et de convivialité

15/01 - Comment rester en forme ?

12/02 - Accepter les mains tendues

19/03 - Et mes nuits ?

9/04 - "Le deuil blanc"

21/05 - Envisager un autre lieu de vie

18/06 - Je me fais des reproches ?

16/07 - Comment je me libère du regard des autres ?

CONTACT

06 75 75 76 68 / plateforme-aidants@fondationseltzer.fr